

RECETA SOPA TARASCA

La sopa tarasca es una de los platos estrella del estado de Michoacán. Su sabor semi-ahumado, producido por los chiles pasilla y el epazote, la convierte en una sopa muy especial y diferente al resto. Cabe destacar que, al contener judías, no es un plato especialmente ligero. Además se termina de servir con queso fresco, tortillas fritas y crema agria. Por tanto, si se sirve como primero, conviene no excederse en cantidad. **NOTA:** para hacer esta sopa deberemos preparar previamente en torno a 1 litro de caldo de pollo. Nosotros usamos huesos de pollo, una rama de apio, dos zanahorias, un puerro, una cebolla y sal. Dejamos que todos los ingredientes se cocieran a fuego medio-bajo durante 3 horas en unos 2 $\frac{1}{2}$ L de agua. Después lo colamos asegurándonos de que el caldo quedara limpio y sin tropezones y lo dividimos en dos ollas de $\frac{1}{2}$ L cada una.



Emplatado Sopa Tarasca

INGREDIENTES (para cuatro platos pequeños)

Para la sopa:

- 1L de caldo de pollo
- 460gr de judías pintas
- 2 cucharadas de aceite de maíz
- 2 chiles pasilla sin semillas
- 2 tomates grandes maduros
- $\frac{1}{2}$ cebolla blanca cortada en trozos grandes

- 1 diente de ajo
- 1 $\frac{1}{2}$ cucharada de epazote seco (polvo u hoja)
- Sal y pimienta negra al gusto

Para decorar:

- 2 tortillas de maíz
- $\frac{3}{4}$ taza de aceite de maíz
- 1 chile pasilla sin semillas
- Queso feta desmigado (en México usan el típico queso fresco mexicano)
- Crema agria (Crème Fraîche)

ELABORACIÓN

1. La noche anterior, ponemos las alubias pintas en remojo. Este paso es importante pues acelera el proceso de cocción de la alubia.
2. Comenzamos el proceso enjuagando las alubias que hemos dejado remojando toda la noche. Las devolvemos a la olla, añadimos agua fría y una cucharada de epazote y dejamos que se cuezan a fuego medio-alto durante 50 minutos aprox. Cuando el agua empiece a soltar una espuma blanca, la retiramos ayudándonos con una espumadera. Una vez las alubias estén cocidas, añadimos un puñado de sal. Al añadir la sal al final, conseguimos que la piel de las alubias esté más tierna.
3. Mientras se cuecen las alubias, cortamos en tiras largas

las tortillas que después utilizaremos para decorar.

4. También cortamos uno de los tres chiles pasilla en tiras finas.
5. Ponemos $\frac{3}{4}$ tazas de aceite de maíz en una sartén grande, dejamos que se caliente y freímos en él las tiras de tortilla de maíz durante unos minutos, hasta que queden tostadas. No conviene que las tiras se amontonen las unas sobre las otras, pues terminarán pegándose y formando una especie de masa. Reservamos.
6. Hacemos lo mismo con las tiras de chile pasilla, hasta que queden bien fritas y retiramos. Se recomienda reservar ambos ingredientes fritos en un plato con papel de cocina que absorba el exceso de aceite.
7. Bajamos el fuego de la sartén y freímos los dos chiles restantes, la cebolla y el ajo durante unos 7-8 minutos, removiendo para que no se quemen. Cuando la cebolla haya cogido un color tostado, retiramos.
8. Freímos los tomates unos 2 minutos a fuego medio-alto hasta que cojan un color tostado. Debemos evitar que se quemen. Retiramos y reservamos.
9. Transferimos los chiles, la cebolla y el ajo frito a una olla en la que tendremos $\frac{1}{2}$ L de caldo de pollo y los dejamos remojar en durante unos 5 minutos.
10. Para entonces, las alubias ya estarán cocidas. Las añadimos a una batidora de jarra junto a los tomates y el $\frac{1}{2}$ L de caldo de pollo con el resto de verduras en remojo. Batimos hasta que quede una crema homogénea y sin grumos.
11. En otra olla a fuego medio, mezclamos el licuado con el $\frac{1}{2}$ L restante de caldo de pollo y le añadimos dos

cucharadas de aceite de maíz
crudo. Sazonamos echándole sal y pimienta al gusto y una
cucharadita de
epazote. Removemos para que todo se mezcle bien hasta
que la sopa esté caliente
y lista para comer.

12. Para emplatarla, servimos primero la sopa, agregamos la
crema agria (siempre quedará más bonito el plato si, en
un biberón de cocina,
rebajamos la crema con un poquito de agua y la añadimos
dibujando sobre la sopa),
después las tortillas y los chiles fritos y, finalmente,
esparcimos el queso
feta desmigado sobre la sopa. Si se le quiere dar un
toque de color al plato,
se le puede poner alguna hierba aromática para que haga
contraste. En México le
suelen poner un poquito de epazote fresco.



Emplatado Sopa Tarasca

GLOSARIO

Chile pasilla: es un tipo de
chile seco con la piel oscura (de ahí que también se le llame
chile negro) y
arrugada. Suele medir entre 15 y 20 centímetros. No es un
chile excesivamente
picante (2.000-5.000 unidades Scoville), sino más bien
ahumado, con aromas
herbáceos y de frutos secos. En México este chile está muy
presente en guisos,
sopas y moles.

Epazote: es una planta ampliamente usada a lo largo de
Latinoamérica tanto como hierba medicinal como como condimento
alimentario. Tiene un sabor muy intenso, con un punto dulce,
difícil de describir. En España lo más probable es que la

encontréis seca; ya sea en hoja o en polvo.

